

La gripe H1N1 pandémica (gripe porcina) y el embarazo: ¿Qué debe saber?

¿Qué es la Gripe H1N1 pandémica (antiguamente conocida como gripe porcina)?

La gripe H1N1 pandémica es una infección respiratoria causada por una nueva cepa del virus gripal responsable de los brotes en muchas partes del mundo. Ha ocasionado numerosas hospitalizaciones y algunas muertes en ciertas partes de los Estados Unidos.

¿Cómo se propaga la Gripe H1N1 pandémica?

Los virus gripales se propagan más comúnmente de manera directa entre las personas a través de gotitas provenientes de la tos o el estornudo o de una persona enferma. Sin embargo, también se pueden contagiar la Gripe H1N1 pandémica al tocarse los ojos, la nariz o la boca luego de tocar una superficie como una mesa, un grifo o la manija de una puerta que hayan estado contaminados con el virus gripal.

¿Cuáles son los síntomas de la Gripe H1N1 pandémica?

Muchos de los síntomas de la Gripe H1N1 pandémica son iguales a los de la gripe estacional. Incluyen fiebre, tos seca, dolor de garganta, congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza y cansancio. La Gripe H1N1 pandémica también podría causar diarrea y vómitos, y podría ocasionar complicaciones graves a algunas personas, inclusive a las embarazadas.

¿Puede la Gripe H1N1 pandémica ser grave en las embarazadas?

Sí. Puede ocasionar problemas graves, incluyendo neumonía aguda y parto prematuro en las mujeres embarazadas. En los Estados Unidos, aproximadamente una de cada cuatro mujeres embarazadas hospitalizadas en la unidad de terapia intensiva con Gripe H1N1 pandémica ha muerto. También puede haber complicaciones graves para el feto si una mujer embarazada contrae la gripe.

¿Cómo se trata la Gripe H1N1 pandémica?

Al igual que con la gripe estacional, se recomienda beber abundante líquido y descansar mucho fuera del trabajo o la escuela. Las mujeres embarazadas podrían tomar acetaminofeno (Tylenol®) - NO aspirina (ácido acetilsalicílico), ibuprofeno (Motrin®, Advil®), o naproxeno (Aleve®) - para la fiebre y los dolores corporales.

Si usted está embarazada, comuníquese con su proveedor del cuidado de la salud no bien presente síntomas gripales o en caso de contacto con alguien que tenga la gripe H1N1 para averiguar si debe recibir tratamiento. Su proveedor podría recetarle una medicación antiviral para intentar prevenir mayores complicaciones gripales más graves, aliviar su enfermedad, y hacer que los síntomas duren menos tiempo. Estas resultan mejor si se toman dentro de los 2 días del inicio de los síntomas. Los médicos podrían recetarlas incluso posteriormente a las embarazadas, ya que están expuestas a un riesgo mayor por complicaciones gripales.

¿Las mujeres embarazadas deben recibir la vacuna contra la Gripe H1N1 pandémica?

Es importante que las embarazadas reciban **tanto** la vacuna contra la gripe H1N1 como la vacuna contra la gripe estacional. Las mujeres embarazadas que contraigan cualquier tipo de gripe están expuestas a un riesgo mayor de sufrir complicaciones graves y de ser hospitalizadas. Si bien el lavarse las manos y mantenerse alejadas de las personas enfermas puede ayudar a proteger a las embarazadas del contagio, la vacunación es la única y mejor protección contra la gripe. Estas vacunas pueden administrarse de manera segura en cualquier momento durante el embarazo.

¿Es segura la vacuna contra la Gripe H1N1 pandémica para las mujeres embarazadas?

Las vacunas contra la influenza no han demostrado causar daño a las embarazadas o sus fetos. Las embarazadas sólo deben recibir la “inyección contra la gripe”, una vacuna que contiene virus muertos y que se aplica con una aguja. **No** deben recibir una vacuna intranasal viva contra la influenza (aerosol nasal), ya que esta contiene virus vivos debilitados y su uso no está aprobado en mujeres embarazadas.

> mas

¿Pueden los familiares de las mujeres embarazadas recibir la vacuna en aerosol nasal?

Sí. Los familiares y otros contactos cercanos de las mujeres embarazadas que sean saludables y no estén embarazadas podrían recibir la vacuna viva en aerosol nasal. Ni los virus muertos ni los vivos debilitados de las vacunas antigripales contagian la gripe. Por el contrario, ayudan a crear inmunidad corporal (capacidad de reconocer y combatir los virus) para que usted esté protegida contra los virus gripales activos que causan su enfermedad.

¿Contiene conservantes la vacuna contra la influenza H1N1?

Algunas vacunas contra la influenza contienen el conservante “timerosal”. No existe evidencia científica que avale que las vacunas que contienen timerosal sean perjudiciales para una mujer embarazada o un feto. Los CDC recomiendan que las embarazadas reciban vacunas con timerosal. Sin embargo, algunas vacunas sin timerosal contra la gripe estacional y la H1N1 estarán disponibles para mujeres embarazadas y niños menores de tres años.

¿El recibir una vacuna contra la gripe mientras estoy embarazada protege a mi bebé cuando nazca?

Estudios pasados han determinado que cuando las mujeres reciben vacunas contra la gripe dan a luz, ayudan a crear inmunidad para sus hijos. Además, esto reduce la probabilidad de que usted contraiga la gripe y la contagie a su bebé luego del nacimiento. Por lo tanto, la vacunación los protege tanto a usted como a su bebé.

¿Qué debo saber acerca de la H1N1 pandémica si estoy amamantando?

Las vacunas contra la gripe H1N1 pandémica y la estacional son seguras si está amamantando, y podrían brindarle algo de inmunidad a su bebé. La vacunación también reducirá la probabilidad de contagiarse la gripe y transmitírsela a su bebé.

Usted puede continuar amamantando si no se contagia la gripe, pero debe proteger a su bebé lavándose las manos, cubriendo sus toses y estornudos, y usando una máscara facial (si tiene y puede tolerarla). Dado que los bebés están expuestos a un riesgo más alto de contraer una infección, un enfoque más seguro sería pedirle a alguien que no esté enfermo que le dé a su bebé la leche materna que usted se saque para no exponer a su bebé a los gérmenes mientras le da de comer. También puede continuar tomando las medicaciones que su médico le haya recetado para la gripe mientras está amamantando.

¿Debo vacunar a mi recién nacido?

No. Los recién nacidos y los bebés menores de 6 meses no pueden recibir las vacunas contra la influenza H1N1 o la estacional. Sin embargo, se recomiendan ambas vacunas cuando su hijo cumpla 6 meses.

¿Qué más puedo hacer para proteger a mi familia de la Gripe H1N1 pandémica?

El seguir algunos consejos simples y cotidianos puede ayudar a protegerlo a usted y a su familia de la gripe.

- Cubra su nariz y boca con una toallita de papel o con su manga al toser o estornudar.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón y/o use higienizadores en gel.
- Evite tocar sus ojos, nariz o boca, ya que los gérmenes se propagan de ese modo.
- Evite el contacto directo con personas enfermas. Si está en contacto directo con alguien que tenga la gripe H1N1, pregúntele a su proveedor del cuidado de la salud si necesita tratamiento para reducir sus probabilidades de contraer la gripe.
- Si usted está enfermo, quédese en su hogar al menos 24 horas después de que se le pase la fiebre.

Para obtener más información

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

(800) CDC-INFO ó (800) 232-4636
www.cdc.gov/h1n1flu/pregnancy/

Departamento de Salud Pública de California

(888) 865-0564
www.cdph.ca.gov

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles

www.publichealth.lacounty.gov/H1N1

Servicios del cuidado de la salud: Marque 2-1-1

Actualización de Listserv del DPH: Envíe un correo electrónico a Listserv@listserv.ph.lacounty.gov e incluya “Subscribe DPHUPDATE first name last name” en la línea del encabezado

11/4/09

